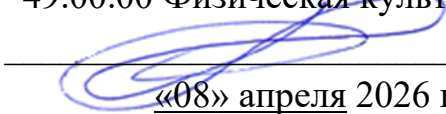


Министерство спорта Российской Федерации

РЕКОМЕНДОВАНО

Председатель Федерального
учебно-методического объединения
в системе высшего образования
по укрупненной группе специальностей
и направлений подготовки
49.00.00 Физическая культура и спорт

С.П. Евсеев


«08» апреля 2026 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ И АДАПТИВНОГО СПОРТА ЛИЦ С
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ**

Санкт-Петербург, 2026

Содержание

1. Общая характеристика программы повышения квалификации.....	3
1.1. Нормативная правовая база разработки программы повышения квалификации.....	3
1.2. Цель и задачи программы повышения квалификации.....	3
1.5. Нормативная трудоемкость обучения (объем).....	11
1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения.....	11
1.7. Организационно-педагогические условия реализации программы повышения квалификации.....	11
2. Содержание программы повышения квалификации.....	12
2.1. Календарный учебный график.....	12
2.2. Учебный план.....	12
2.2. Учебный план.....	13
2.3. Рабочие программы учебных разделов.....	15
Рекомендуемая основная литература:.....	44
Рекомендуемая дополнительная литература:.....	44
Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет».....	45
3. Результаты освоения программы повышения квалификации.....	46
4. Оценка качества освоения программы повышения квалификации.....	48
Тестовые задания, выносимые на итоговую аттестацию.....	48
5. Кадровое обеспечение образовательного процесса.....	54
6. Разработчики программы повышения квалификации.....	54

1. Общая характеристика программы повышения квалификации

Программа повышения квалификации направлена на совершенствование обобщенной трудовой функции: А. Организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья профессионального стандарта 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата) (Приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 № 942 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)») (Редакция с изменениями № 1456 от 26.11.2020).

Программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки слушателя и включает в себя: календарный учебный график, учебный план, аннотации учебных дисциплин (модулей), методические материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки слушателей.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Современные технологии адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта лиц с интеллектуальными нарушениями» направлена на ознакомление педагогических и других специалистов сферы образования с современными подходами обучения лиц различного возраста и уровня подготовленности с интеллектуальными нарушениями.

Целью освоения программы является овладение слушателями системой научно- практических знаний, умений и компетенций в сфере образования лиц с интеллектуальными нарушениями и дальнейшее применение их в своей профессиональной деятельности.

1.1. Нормативная правовая база разработки программы повышения квалификации

Нормативную правовую базу разработки дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «Обучение лиц с особыми образовательными потребностями» составляют:

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;

– Приказ Минобрнауки России от 24.03.2025 № 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

– Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденный приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017г. № 942.

Программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденный приказом Минобрнауки России от 19 сентября 2017 г. № 942 (Редакция с изменениями № 1456 от 26.11.2020).

1.2. Цель и задачи программы повышения квалификации

Реализация программы повышения квалификации «Современные технологии адаптивного физического воспитания и адаптивного спорта лиц с интеллектуальными нарушениями» направлена на совершенствование и формирование новых компетенций, необходимых для профессиональной деятельности, и повышение профессионального уровня в рамках имеющейся

квалификации.

Цель программы - повышение профессионального уровня преподавателей по вопросам:

- организация и проведение различных форм занятий с лицами с интеллектуальными нарушениями;
- преподавание предметной области в интегративном и инклюзивном образовании по основным образовательным и дополнительным общеобразовательным программам;
- физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- укрепление здоровья детей с особыми образовательными потребностями.

Обобщенные трудовые функции			Трудовые функции		
код	наименование	уровень квалификации	наименование	код	уровень (подуровень) квалификации
А	Организация групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья	5	Формирование групп для занятий адаптивной физической культуры с учетом типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.	A/01.5	5
			Проведение с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации.	A/02.5	
			Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.	A/03.5	
			Обучение инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма.	A/04.5	

Задачи программы повышения квалификации.

1. Обеспечить организацию физкультурно-оздоровительной деятельности по физической культуре с лицами с интеллектуальными нарушениями.
2. Проводить групповые и индивидуальные занятия по физической культуре с лицами с интеллектуальными нарушениями.
3. Обучать технике безопасности и предупреждению травматизма при проведении групповых и индивидуальных занятий по физической культуре с лицами с интеллектуальными нарушениями

1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

К освоению программы повышения квалификации допускаются лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование, а также лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

1.4. Планируемые результаты обучения

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): среднее профессиональное или высшее образование					
Трудовая функция (код)	Профессиональная компетенция	Трудовые действия	Знания	Умения	Имеет опыт (владения)
А/01.5 Формирование групп для занятий адаптивной физической культурой с учетом типичных нарушений инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья	ПК-1 Способен формировать группы обучающихся и обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры	-Оценка данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений функций организма лиц с интеллектуальными нарушениями для формирования групп по адаптивному физическому воспитанию; -комплектование групп для занятий адаптивной физической культурой, в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей лиц с	Знает: -современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма лиц с ограниченными возможностями здоровья; -принципы формирования групп лиц с интеллектуальными нарушениями, занимающихся адаптивной физической культурой; -порядок составления, плана проведения индивидуального и группового занятия по адаптивной физической культуре с лицами с интеллектуальными нарушениями.	Умеет: -планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания; -контролировать физическое, функциональное и психическое состояние лиц с интеллектуальными нарушениями во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.	Имеет опыт: -оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей и типичных нарушений лиц с интеллектуальными нарушениями.

		интеллектуальными нарушениями; -отбор типовых методик проведения групповых занятий с лицами с интеллектуальными нарушениями с учетом типовых нарушений функций организма.			
А/02.5 Проведение с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями и здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.	ПК-2 Способен проводить занятия по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.	-Разработка плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания; -проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам адаптивного физического воспитания; - регулирование физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации.	Знает: - основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения; - требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения;	Умеет: -выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; -контролировать физическое, функциональное и психическое состояние лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре.	Имеет опыт: - разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом периодов

					развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.
А/03.5 Проведение воспитательно-рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями и здоровья.	ПК-3. Способен планировать и организовывать воспитательную, рекреационно-досуговую, оздоровительную работу с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов	-Разработка рабочих планов мероприятий по воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работе инвалидов, лицами с ограниченными возможностями здоровья, подготовка методических материалов для проведения занятий и мероприятий; -Проведение занятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья по формированию гигиенических знаний, умений и навыков, по истории развития, основам спортивной подготовки и тренировочного процесса в избранном виде адаптивного	Знает: -современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья; -правила этики и деонтологии в сфере взаимодействия с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья;	Умеет: -планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида; -управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность; -планировать деятельность по проведению	Имеет опыт: -разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания, индивидуального плана физической реабилитации инвалида.

		<p>спорта;</p> <p>-Проведение совместно с тренером по адаптивной физической культуре, адаптивному спорту тестирование уровня физической и специальной подготовки инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p> <p>-Подготовка предложений по развитию коррекционно-развивающего воздействия при проведении воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья.</p>		<p>консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;</p> <p>-определять готовность реабилитанта к участию в индивидуальных и групповых программах реабилитации.</p>	
<p>Организационно методическая деятельность в области адаптивной</p>	<p>ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике</p>	<p>-Проведение с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья инструктажа по технике</p>	<p>Знает:</p> <p>- первые признаки утомления инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;</p>	<p>Умеет: - разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, правила техники</p>	<p>Имеет опыт:</p> <p>- обучения инвалидов, лиц с ограниченными возможностями</p>

<p>физической культуры и адаптивного спорта</p>	<p>безопасности и предупреждению травматизма на занятиях адаптивной физической культурой.</p>	<p>безопасности при выполнении упражнений, использовании специализированного спортивного инвентаря и технических средств занятиях адаптивной физической культурой.</p>	<p>- общие и специальные санитарно-гигиенические требования, правила техники безопасности при проведении воспитательных, рекреационно-досуговых, оздоровительных мероприятий с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, правила оказания первой помощи инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья; - правила использования специализированного спортивного оборудования тренажеров, устройств и вспомогательных средств для занятий адаптивной физической культурой, технических средств реабилитации инвалидов.</p>	<p>безопасности при выполнении упражнений, участия в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря, технических средств реабилитации.</p>	<p>здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств.</p>
---	---	--	---	--	--

1.5. Нормативная трудоемкость обучения (объем)

Трудоемкость обучения по программе повышения квалификации – 108 часов, включая все виды контактной и самостоятельной учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 2-4 недели.

1.6. Документ, выдаваемый после завершения обучения

Удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

1.7. Организационно-педагогические условия реализации программы повышения квалификации

Организация образовательного процесса

В образовательном процессе используются следующие виды учебной деятельности:

- Лекции предназначены для обзора теоретического материала и выделения наиболее значимых концепций и подходов (возможно проведение посредством применения дистанционных образовательных технологий).

- Практические занятия проводятся для освоения представленных в программе учебных материалов, а также развития и закрепления навыков их применения в различных ситуациях. Занятия основаны на использовании эффективных методов групповой или индивидуальной работы и обмена опытом (возможно проведение посредством применения дистанционных образовательных технологий).

- Самостоятельная работа. Включает изучение программного материала по основным и дополнительным литературным источникам, рекомендованным ресурсам информационно-коммуникационной сети «Интернет»; выполнение контрольно-тестовых практических заданий; подготовку к проведению отдельных частей занятий, решение конкретных профессионально-ориентированных задач.

- Консультации. Обучающемуся предоставляется возможность проконсультироваться у преподавателя по электронной почте или посредством сервиса электронной информационно-образовательной среды образовательной организации, а также лично по вопросам, связанным с обучением или со своей практической деятельностью. Обеспечивается постоянный контакт слушателей и преподавателя, позволяющий оперативно разрешать возникающие вопросы.

При реализации различных видов учебной деятельности используются следующие образовательные технологии:

- технология работы в малых группах (индивидуально) по этапам: исследование, дискуссия и рефлексия;

- анализ учебных и практических ситуаций;

- технология работы в рамках проблемно-ориентированного подхода (анализ ситуации, выработка предположений и выявление проблемы, формулировка выводов, выработка рекомендаций и плана действий, предполагаемые последствия реализации рекомендаций, преимущества и недостатки предложений);

- технология организации дискуссии и развития коммуникативных навыков;

- компетентностный подход с акцентированием не на сумме усвоенных знаний, а на способности обучающегося успешно действовать в различных ситуациях;

- личностно-ориентированный подход;

- компетентностно-ориентированные образовательные технологии (разбор конкретных ситуаций, проектное моделирование ситуационных задач, организованная самостоятельная проектная работа слушателей).

Материально-техническое обеспечение.

1. Учебная аудитория с комплектом аудиторной мебели и учебной доской, включающая специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet, аудиокolonки.

2. Система электронного (дистанционного) обучения – часть электронной

информационно-образовательной среды образовательной организации в виде системно организованной совокупности информационно-коммуникационных средств и технологий, процессов программно-аппаратного и организационно-методического обеспечения, деятельности педагогического и вспомогательного персонала, ориентированная на реализацию системы сопровождения учебного процесса с целью удовлетворения образовательных потребностей слушателей независимо от места их нахождения.

2. Содержание программы повышения квалификации

2.1. Календарный учебный график

Форма обучения	Аудиторных часов в день	Дней в неделю	Общая продолжительность программы
Очная	2-8	3-6	2-4 недели

Срок начала и точная продолжительность обучения по программе повышения квалификации определяется образовательной организацией, реализующей программу (календарным учебным графиком). Учебные занятия проводятся согласно расписанию.

2.2. Учебный план

Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования

«_____»

УТВЕРЖДАЮ:

«___» _____ 2026г.

2.2. Учебный план

программы повышения квалификации

**«СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И АДАПТИВНОГО
СПОРТА ЛИЦ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ»**

№ п / п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Всего часов	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля
			Аудиторные учебные занятия:			самостоятельная работа	
			Всего аудиторных	лекции	практические		
БЛОК 1. Дисциплины (модули)							
1	Теория и методика физической культуры и спорта	16	14	10	4	2	тестирование
2	Теория и организация адаптивной физической культуры	22	20	14	6	2	тестирование
3	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре	18	16	12	4	2	тестирование
4	Адаптивное физическое воспитание лиц с интеллектуальными нарушениями в сфере образования	40	34	24	10	6	тестирование
5	Адаптивный спорт (Специальное олимпийское движение).	8	6	4	2	2	тестирование
БЛОК 2. Итоговая аттестация							
6	Итоговая аттестация	4	4		4		тестирование
Итого		108	94	64	30	14	

2.3. Рабочие программы учебных разделов

**Рабочая программа дисциплины
«Теория и методика физической культуры»**

ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ПК-2. Способен развивать физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

ПК - 3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
Методологию теории и методики физической культуры.	ПК-2
Характеристики различных средств, методов приемов обучения движениям, воспитания физических качеств и форм организации занятий обучающихся при освоении общеобразовательных программ по физической культуре.	ПК-3
Умения:	
Выбирать и применять адекватные средства и методы обучения движениям и развития тех или иных физических качеств с учетом индивидуальных особенностей.	ПК-2
Использовать различные средства, методы приемы обучения движениям, воспитания физических качеств и форм организации занятий обучающихся при освоении общеобразовательных программ по физической культуре.	ПК-3
Навыки и\или опыт деятельности:	
Планирования и проведения уроков, направленных на развитие физических качеств и обучение движениям.	ПК-2
Оценки данных физической подготовленности, возрастных особенностей лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	ПК-3

Тема 1. Значение предмета и отправные понятия теории физической культуры; методологические предпосылки и методы исследования в теории физической культуры

Интерактивная лекция (2 часа)

Общее представление о предмете, его значении в профессиональном образовании и профессиональной деятельности и месте в системе смежных научно-образовательных знаний. Тенденции формирования теории в системе знаний. Определение понятия (категории) «физическая культура». Соотношение понятий «культура» (общества, личности) и «физическая культура». Общие и специфические признаки, характеризующие физическую культуру. Смежные и частично совпадающие понятия с понятием «физическая культура»: «физкультурная деятельность», «физкультурное движение», «физическое воспитание», «физическая подготовка»; «физическая подготовленность», «физическое развитие», «спорт».

Методология и логика построения теоретического исследования. Комплексность исследовательской методологии. Современные общенаучные подходы. Методы получения, первичной обработки и проверки материалов, составляющих информационную основу исследования (библиографический поиск, опросные методы, наблюдение и экспериментальные

методы, статистические и графические методы). Выявление проблемной ситуации, формулировка рабочей гипотезы. Результирующая разработка теоретических положений.

Семинарское занятие (2 часа)

Роль предмета в профессиональном образовании и профессиональной деятельности физкультурных кадров, его место в системе смежных научно-образовательных знаний. Характеристика базовых понятий и их соотношений.

Методология и логика построения теоретического исследования. Современные общенаучные подходы. Методы получения, первичной обработки и проверки материалов, составляющих информационную основу исследования (библиографический поиск, опросные методы, наблюдение и экспериментальные методы, статистические и графические методы). Выявление проблемной ситуации, формулировка рабочей гипотезы. Результирующая разработка теоретических положений. **Тестирование по теме.**

Тема 2. Средства и методы в физическом воспитании

Интерактивная лекция (2 часа)

Специфические средства физического воспитания. Физические упражнения как средство физического воспитания. Исходное определение, содержание и форма физического упражнения. Техника физического упражнения. Ближайший, следовой, кумулятивный эффекты упражнения. Зависимость эффекта упражнения от режима, методов, условий его воспроизведения. Особенности ближайшего следового эффекта упражнения. *Специфические методы физического воспитания.* Методы строго регламентированного упражнения, их отличительные черты. Характеристика основных групп этих методов по признакам, существенным для оптимизации физического воспитания (по особенностям подхода к формированию структуры разучиваемого действия, по степени избирательности воздействия на функции организма; по степени стандартизации либо варьирования воздействия; по признаку непрерывности или прерывности нагрузки в процессе упражнения; по особенностям сочетания данных признаков). Особенности методов строго регламентированного упражнения при комплексном содержании занятий (методы упражнения в «круговой» тренировке и при «линейном» способе организации занятий).

Тема 3. Основы обучения двигательным действиям

Интерактивная лекция (2 часа)

Двигательные умения и навыки как результат обучения. Схема формирования двигательного действия. Направленное формирование ориентировочной основы действия. Двигательные умения и двигательный навык как последовательные ступени формирования двигательного действия. Характеристика двигательных умений и навыков. Закономерности формирования двигательных действий. Обучение двигательным действиям как процесс целесообразного управления формированием двигательных умений и навыков.

Основные задачи, решаемые в процессе обучения двигательным действиям. Особенности образовательных задач, реализуемых в базовом физическом воспитании, профессионально-прикладной физической подготовке, спортивной тренировке. Неоднозначность задач, решаемых при обучении двигательным действиям различного типа и в различных условиях их формирования.

Самостоятельная работа (2 часа)

Предпосылки и дидактические основы построения процесса обучения двигательному действию. Подготовка к обучению действию, зависимость ее содержания и методики от особенностей действия и готовности обучаемого к его выполнению; пути обеспечения оптимальной готовности к разучиванию действия и доступности учебного материала.

Тема 4. Воспитание силовых и скоростных способностей

Интерактивная лекция (2 часа)

Воспитание собственно силовых способностей. Определение понятия «собственно силовые способности». Показатели и факторы силовых способностей. Виды силовых и некоторых комплексных способностей. Критерии и способы оценки силовых способностей, используемые в

практике физического воспитания

Задачи воспитания силовых способностей и их конкретизация применительно к периодам возрастного развития, этапам физического воспитания и другим условиям их реализации. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания собственно силовых способностей. Средства и определяющие черты методики воспитания собственно силовых способностей. Основные направления в методике воспитания собственно силовых способностей; методы экстенсивного воздействия (использование непредельных отягощений с предельным числом повторений) и методы интенсивного воздействия (использование динамических, изометрических, комбинированных режимов, мышечных напряжений, связанных с максимальной мобилизацией собственно силовых возможностей); условия, определяющие их выбор и применение. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания собственно силовых способностей.

Семинарское занятие (2 часа)

Воспитание скоростных способностей. Определение понятия «скоростные способности». Виды и показатели скоростных способностей, задачи по их воспитанию. Дифференцированный характер способностей, определяющих временные параметры двигательных реакций и скорость движений. Современные представления о факторах, лежащих в основе способности к экстренным двигательным реакциям и двигательной быстроты как способности, которая в единстве с другими двигательными способностями в решающей мере лимитирует скоростные характеристики движений. Критерии и способы оценки этих скоростных способностей, используемые в практике физического воспитания.

Особенности средств и методики воспитания способности к экстренным двигательным реакциям (в частности, реакциям на движущийся объект и реакциям с выбором). Особенности средств и методики воспитания двигательной быстроты как способности, лимитирующей скоростные характеристики движений. Особенности собственно скоростных упражнений, их формы, разновидности. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для воспитания скоростных способностей.

Тема 5. Формы построения занятий в физическом воспитании

Интерактивная лекция (2 часа)

Разнообразие и общие черты форм построения занятий. Понятие о форме и содержании занятия как целостного звена физического воспитания. Многообразие форм построения занятий в физическом воспитании; их типология. Общие черты структуры различных форм занятий в физическом воспитании. Закономерности динамики оперативной работоспособности как одна из основ структуры занятия. Физиологические и психологические аспекты динамики работоспособности. Критерии и способы обобщенной оценки динамики оперативной работоспособности в рамках целостного занятия физическими упражнениями. Первостепенное значение урочных форм в педагогически направленной организации занятий. Основные признаки, характеризующие урочные формы занятий. Логика и методика построения урока.

Признаки урочных форм занятий. Логика и методика построения урока (занятия урочного типа). Правила нормирования и регулирования нагрузки в урочных занятиях. Основные предпосылки качественного проведения урока. Характеристика подготовительной, основной и заключительной частей урока.

Многообразие неурочных форм. Характеристика малых форм занятий, их типичные признаки, направленность и возможности. Крупные формы самостоятельных занятий тренировочного и физкультурно-рекреативного характера. Необходимые предпосылки рациональной организации занятий неурочного типа и условия, при соблюдении которых они становятся органическими звеньями целостного процесса физического воспитания.

Рабочая программа дисциплины

«Теория и организация адаптивной физической культуры»

ПК-2. Способен развивать физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

ПК - 3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и/или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;	ПК-2
современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;	ПК-3
Умения:	
критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний;	ПК-2
планировать деятельность по проведению консультирования, тестирования по выполнению видов испытаний тестов, нормативов требований к оценке уровня знаний и умений;	ПК-3
Навыки и/или опыт деятельности:	
разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний.	ПК-2
составления рекомендаций инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, их законным представителям о проведении занятий по адаптивной физической культуре в домашних условиях.	ПК-3

Тема 1. Основные виды адаптивной физической культуры

Интерактивная лекция (2 часа)

Исторический аспект формирования структуры адаптивной физической культуры. Потребности общества и личности в качестве критериев выделения видов адаптивной физической культуры. Характеристика наиболее общих потребностей общества, степень их сформированности. Совокупность всех форм адаптивной физической культуры, как условие полного удовлетворения потребностей общества и личности в физкультурной деятельности. Ценностно-мотивационная основа двигательной активности как основа выделения видов адаптивной физической культуры.

Адаптивное физическое образование, спектр потребностей инвалидов и лиц с отклонениями в

состоянии здоровья, решаемых в рамках адаптивного физического воспитания. Роль межпредметных связей в АФВ. Адаптивный спорт, спектр потребностей инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, решаемых в рамках адаптивного спорта. Сущностная основа адаптивного спорта. Адаптивный спорт как социальное явление. Адаптивная двигательная рекреация, спектр потребностей инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, решаемых в рамках адаптивного спорта. Адаптивная физическая реабилитация, спектр потребностей инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, решаемых в рамках адаптивной физической реабилитации. Телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры.

Тема 2. Адаптивная физическая культура как общественное явление, ее функции и виды

Интерактивная лекция (2 часа)

Социальная природа адаптивной физической культуры. Подходы к определению функций и форм адаптивной физической культуры. Характеристика специфических функций адаптивной физической культуры – функций источника физкультурного образования, оптимизации физического состояния и развития индивида, благотворного воздействия на его здоровье. Виды, разновидности и структура адаптивной физической культуры в обществе, тенденции ее современного развития. Дифференциация адаптивной физической культуры как тенденция ее исторического развития. Факторы, влияющие на функционирование и структурирование адаптивной физической культуры.

Тема 3. Основы теории и методики обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре

Интерактивная лекция (2 часа)

Двигательные действия как предмет обучения в АФК. Конструктивные особенности и закономерности формирования двигательных действий у лиц с ограниченными возможностями, существенные для рационального построения процесса обучения им. Обучение двигательным действиям у лиц с ограниченными возможностями, как процесс целесообразного управления формированием двигательных умений и навыков, их отличительные черты.

Основные задачи, решаемые в процессе обучения двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями. Особенности образовательных задач, реализуемых в АФК. Предпосылки и дидактические основы построения процесса обучения двигательному действию в АФК. Обучение двигательным действиям инвалидов и лиц с ограниченными возможностями, как процесс целесообразного управления формированием двигательных умений и навыков, их отличительные черты.

Основные задачи, решаемые в процессе обучения двигательным действиям. Инвалидов и лиц с ограниченными возможностями. Особенности образовательных задач, реализуемых в базовом адаптивном физическом воспитании при обучении двигательным действиям различного типа и в различных условиях их формирования. Этап обучения двигательным действиям.

Тема 4. Теоретико-практические основы стимулируемого развития двигательных качеств

Интерактивная лекция (2 часа)

Направления развития методологии физической тренировки в развитии двигательных качеств лиц с ограниченными возможностями. Средства и основные черты методики. Отличительные признаки упражнений, используемых в качестве основных средств стимулируемого развития двигательных качеств. Дополнительные средства воздействия на развитие двигательных качеств. Формирование у лиц с отклонениями в состоянии здоровья самообразования в развитии двигательных качеств. Задачи, решаемые в основных аспектах воспитания двигательных способностей; их особенности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями. Методологические направления физической тренировки оздоровительной физической культуры. Возрастные периоды, наиболее благоприятные для направленного воздействия на развитие физических качеств инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Дополнительные средства воспитания двигательных качеств у разных нозологических групп. Принципиальные основы

сочетания различных методических направлений и подходов в многолетнем процессе воспитания физических качеств у инвалидов и лиц с ограниченными возможностями.

Семинарское занятие (2 часа)

Методика стимулированного развития основных двигательных качеств инвалидов и лиц с ограниченными возможностями. Методические подходы, характеризующиеся преимущественно избирательным и целостным воздействием на факторы, определяющие развитие основных двигательных качеств. Пути направленного воздействия на аэробные и анаэробные возможности организма. Пути комплексного воздействия на совокупность факторов, определяющих проявления двигательных качеств у инвалидов и лиц с ограниченными возможностями. Принципы, регламентирующие деятельность по направленному развитию двигательных качеств у инвалидов и лиц с ограниченными возможностями.

Тема 5. Цели и задачи адаптивного спорта, его ведущие функции и принципы

Интерактивная лекция (2 часа)

Особенности предмета теории адаптивного спорта, ее специфические понятия и основная проблематика. Возникновение и состояние современного адаптивного спорта. Теория и методика адаптивного спорта как обобщающая отрасль научного знания о сущности и тенденциях развития спорта в качестве неотъемлемого компонента культуры общества и фактора социальной системы воспитания, о наиболее существенных закономерностях, путях и условиях спортивной деятельности, спортивного совершенствования и оптимального построения системы подготовки спортсмена. Основная проблематика общей теории и методики адаптивного спорта, ее становление, состояние и перспективы развития. Связи теории адаптивного спорта с другими научными знаниями, ее значение для практики. Теория и методика адаптивного спорта как учебный курс; его содержание, роль и место в системе высшего физкультурного образования.

Семинарское занятие (2 часа)

Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе, тенденции развития. Социальные функции адаптивного спорта, его место и связи в системе общественных явлений. Адаптивный спорт как неотъемлемая часть культуры общества. Адаптивный спорт как фактор разностороннего развития, воспитания, подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями к жизненной практике; значение и место спорта в системе адаптивного физического и общего всестороннего воспитания. Оздоровительно-рекреативная функция адаптивной спорта; его роль и место в оптимизации досуга лиц с ограниченными возможностями. Роль спорта в социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями и в социальной интеграции. Коммуникационное значение адаптивного спорта.

Тема 6. Основы системы подготовки спортсмена.

Интерактивная лекция (4 часа).

Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы). Понятие о структуре многолетней подготовки и факторах ее определяющих. Объективно существующие закономерности становления спортивного мастерства, имеющие специфическое преломление в конкретных видах адаптивного спорта, как база структурного построения процесса многолетней подготовки спортсмена. Внешние и внутренние факторы, влияющие на продолжительность отдельных стадий и этапов многолетней подготовки, ее структуру в адаптивном спорте.

Общие требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на этапе начальной подготовки, тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), на этапе совершенствования и высшего спортивного мастерства. Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека актуальные проблемы в сфере адаптивной физической культуры.

Этап начальной подготовки как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений. Проблема своевременного начала занятий спортивными упражнениями в адаптивном спорте для разных нозологических групп. Особенности предварительной спортивной подготовки;

ее подчиненная роль в общей системе развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека.

Тренировочный этап (этап спортивной специализации) как этап базовой спортивной подготовки; его определяющие черты. Данные об оптимальных сроках начала специализации для различных нозологических групп Особенности содержания и построения тренировки в годы начальной спортивной специализации, обусловленные возрастными и другими факторами развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека

Этап совершенствования спортивного мастерства, его временные границы, факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность. Индивидуализация как основное направление подготовки спортсменов инвалидов. Параметры применяемых тренировочных и соревновательных нагрузок развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека.

Семинарское занятие (2 часа)

Общие и специальные принципы подготовки спортсмена в адаптивном спорте; закономерности, их определяющие. Значение общепедагогических принципов (общих принципов обучения и воспитания) как отправных положений деятельности тренеров области адаптивного спорта. Направленность к высшим достижениям, углубленная специализация и индивидуализация как закономерные черты подготовки спортсмена в адаптивном спорте. Специфическая непрерывность как закономерность спортивно-тренировочного процесса и процесса подготовки спортсмена в целом; конкретизация основных положений принципа непрерывности в спортивной тренировке в адаптивном спорте.

Подготовка спортсмена в адаптивном спорте, как многокомпонентная система. Спортивные состязания, спортивная тренировка и другие факторы в системе подготовки спортсмена в адаптивном спорте. Целевые функции и задачи, реализуемые в системе подготовки спортсмена инвалида. Определение общей цели, достигаемой в процессе подготовки спортсмена инвалида. Общее представление о критериях и способах диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности с учетом нозологических групп. Специфические и общепедагогические средства и методы подготовки спортсмена инвалида.

7. Отличительные черты креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры.

Интерактивная лекция (2 часа)

Творчество, стремление к познанию нового, как черта креативных телесно-ориентированных видов двигательной деятельности. Пути объединения духовного и телесного начал в процессе занятий АФК. Способы интеграции двигательной деятельности со средствами и методами искусства. Креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры как способ самопознания и преодоления негативных состояний. Главная цель креативных телесно-ориентированных и экстремальных видов двигательной активности. Основные задачи креативных телесно-ориентированных и экстремальных видов двигательной активности. Наличие риска как главная отличительная черта экстремальных видов двигательной деятельности, выполнение которых сопряжено с преодолением чувства страха. Обеспечение безопасности при выполнении экстремальных видов двигательной деятельности.

Самостоятельная работа (2 часа)

Эффект воздействий креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры. Использование в подготовке индивидов разных нозологических групп к выполнению экстремальных видов двигательной деятельности специализированных форм речевого общения, убеждения, внушения, разъяснения и управления, идеомоторных, аутогенных и подобных методов. Конкретизация ведущих функций принципов креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры. Применяемые средства, методы и организационные формы занятий в креативных и экстремальных видах адаптивной физической культуры.

Рабочая программа дисциплины

«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре»

ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

ОПК – 6 – Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и само актуализироваться.

ОПК – 14 - Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; гигиенические средства восстановления; гигиенические принципы закаливания; методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенности питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; понятие «пищевой статус».	ОПК-6
предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; основные разделы гигиенической науки и их содержание; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, адаптивной физической культурой и адаптивным спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; нормативную документацию по гигиене в физкультурно- спортивной деятельности; факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; приборы для измерения основных параметров микроклимата; основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма.	ОПК14
Умения:	
планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в	ОПК-6

спортивных коллективах; рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни.	
обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря.	ОПК-14
Навыки и/или опыт деятельности:	
владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоёмкости пищи, методикой составления меню-раскладки; проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима.	ОПК-6
измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; использования специальной аппаратуры и инвентаря; проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях адаптивной физической культурой и адаптивным спортом; ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе, с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с правилами охраны жизни.	ОПК-14

Тема 1. Гигиена детей и подростков.

Интерактивная лекция 1 (2 часа)

Цель и задачи гигиены детей и подростков. Возрастные закономерности роста и развития. Методологические основы комплексной оценки здоровья. Группы здоровья. Физическое развитие как прямой критерий здоровья.

Тема 2. Гигиена закаливания и личной гигиены лиц с нарушением интеллекта.

Интерактивная лекция 2,3 (4 часа)

Гигиеническое значение закаливания лиц с нарушением интеллекта в современных условиях. Физиологический механизм закаливания. Специфический и неспецифический эффект закаливания. Общие и местные закаливающие процедуры. Основные принципы закаливания (систематичность, постепенность, учет индивидуальных особенностей, разнообразие средств и форм, активный режим, сочетание общих и местных процедур, самоконтроль).

Закаливание воздухом. Гигиеническая характеристика воздушных ванн и методика их применения. Закаливающее воздействие занятий физическими упражнениями и спортом в открытом воздухе.

Закаливание водой. Воздействие на организм водных процедур. Гигиеническая характеристика, методика и дозировка применения различных водных процедур (обтирание, обливание, душ и др.). Гигиеническая характеристика, методика и дозировка сильнодействующих водных процедур (растирание снегом, зимние купания). Гигиеническая характеристика, методика и дозировка местных водных процедур (полоскание горла, обмывание стоп, хождение босиком по росе и др.).

Закаливание солнцем. Гигиеническая характеристика воздействий солнечной радиации на организм. Отрицательное влияние чрезмерного солнечного облучения на здоровье и работоспособность. Методика приема различных источников ультрафиолетовой радиации (ртутно-кварцевые, люминесцентные эритемные лампы).

Понятие о личной и общественной гигиене. Значение соблюдения правил личной гигиены лицами с нарушением интеллекта для укрепления здоровья и повышения спортивной работоспособности. Гигиенические требования ко сну. Сон и спортивная работоспособность. Профилактика бессонницы. Уход за телом. Особенности ухода за телом для занимающихся различными видами физических упражнений и спортом. Уход за полостью рта и зубами.

Тема 3. Гигиена физического воспитания лиц с ОВЗ.

Интерактивная лекция 4,5 (4 часа)

Гигиена физического воспитания и спорта для лиц с ОВЗ (определение, предмет, объект, задачи). Гигиенические требования к спортивным сооружениям для лиц с нарушением интеллекта: определение и краткая классификация спортивных сооружений; санитарный надзор спортивных сооружений за соблюдением правил и требований гигиены, гигиенические требования к закрытым спортивным сооружениям, гигиенические требования к выбору места, экологическим условиям и ориентации зданий крытых спортивных сооружений; гигиенические требования к строительным материалам; гигиенические требования к планировке спортивных сооружений; гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию и синтетическим напольным покрытиям, к цветовому оформлению и интерьеру; гигиенические требования к освещению спортивных сооружений; гигиенические требования к отоплению спортивных сооружений; гигиенические требования к вентиляции спортивных сооружений.

Самостоятельная работа (1 час)

Подготовка к тестированию по теме лекции №4,5

Семинарское занятие (2 часа)

Контрольное тестирование по теме лекции №4,5

Интерактивная лекция 6 (2 часа)

Виды физического воспитания детей с нарушением интеллекта. Организация физического воспитания детей с нарушением интеллекта. Дифференцированный подход к организации уроков физической культуры для лиц с нарушением интеллекта. Особенности занятий физическими упражнениями со школьниками с нарушением интеллекта, имеющими соматические и сенсорные заболевания.

Самостоятельная работа (1 час)

Подготовка к тестированию по теме лекции №6

Семинарское занятие (2 часа)

Контрольное тестирование по теме лекции №6

Рабочая программа дисциплины

**Адаптивное физическое воспитание лиц с интеллектуальными нарушениями в
сфере образования**

ПК-1. Способен формировать группы обучающихся и обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры

ПК-2. Способен развивать физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

ПК - 3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях адаптивной физической культурой.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, методик организации занятий адаптивной физической культурой при различных типичных нарушениях функций организма инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;	ПК-1
современных методик организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;	ПК-2
принципов реализации программ развивающего обучения; методологические подходы, методики и эффективные практики обучения, повышения эффективности командного взаимодействия;	ПК-3
принципов формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;	ПК-4
Умения:	
формировать группы для занятий адаптивной физической культурой с учетом возраста, уровня физического развития, нозологической формы заболевания, состояния сохранных функций; планировать групповые или индивидуальные занятия по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания;	ПК-1
планировать групповые или индивидуальные занятия по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;	ПК-2
критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;	ПК-3

разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья правила техники безопасности при выполнении упражнений, участия в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря,	ПК-4
Навыки и/или опыт деятельности:	
комплектования групп для занятий адаптивной физической культурой в том числе по дополнительным общеразвивающим программам, с учетом возрастнo-половых особенностей, уровня физической подготовленности, типичных нарушений функций организма и индивидуальных потребностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп; проведения занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по программам и методикам адаптивного физического воспитания;	ПК-1
разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания;	ПК-2
разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения;	ПК-3
обучения инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств;	ПК-4

Тема 1. Система обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями в Российской Федерации

Интерактивная лекция (2 часа)

Основные положения системы обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями. История и становление системы образования в России. Современные проблемы специального образования. Специальное образование для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата в России. Специальное образование для лиц с сенсорными нарушениями в РФ. Специальное образование для лиц с интеллектуальными нарушениями в РФ.

Семинарское занятие (2 часа)

Эволюция отношения общества к детям с нарушениями в развитии в мире. Эволюция отношения общества к детям с нарушениями в развитии в России. Состояние инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья в российской образовательной практике. Перспективы и проблемы внедрения инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательные организации.

Тема 2. Нормативно-правовые основы образования лиц с особыми образовательными потребностями

Интерактивная лекция (2 часа)

Конвенция о правах инвалидов, Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». Региональные документы. Современная система специальных образовательных услуг. Психолого-медико-педагогическая комиссия как диагностико-консультативный орган: нормативно-правовая база, цели, задачи, состав.

Тема 3. Теоретические основы адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями

Интерактивная лекция (2 часа)

Цели задачи адаптивного физического воспитания. Место дисциплины в системе наук. Основные понятия предмета «адаптивное физическое воспитание». Объект и субъект педагогической деятельности в адаптивной физической культуре.

Семинарское занятие (2 часа)

Роль дисциплины «Адаптивное физическое воспитание» в подготовке бакалавров по адаптивной физической культуре. Цели задачи и место дисциплины в системе наук. Основные понятия предмета «адаптивное физическое воспитание». Объект и субъект педагогической деятельности в адаптивной физической культуре.

Тема 4. Функции и принципы адаптивного физического воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья

Интерактивная лекция (2 часа)

Классификация функций адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллектуального развития. Социальные функции адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллектуального развития. Педагогические функции адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллектуального развития. Классификация принципов адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллектуального развития. Социальные принципы адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллектуального развития. Общие принципы адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллектуального развития. Специальные принципы адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями интеллектуального развития.

Тема 5. Виды, причины и классификация нарушений развития лиц с нарушениями интеллектуального развития (умственной отсталостью)

Интерактивная лекция (2 часа)

Понятия нарушений в развитии лиц с умственной отсталостью и их причины. Классификация лиц с умственной отсталостью. Психолого-педагогическая характеристика лиц с умственной отсталостью. Вторичные отклонения в состоянии здоровья и сопутствующие заболевания у лиц с умственной отсталостью.

Тема 6. Виды, причины и классификация нарушений развития лиц с нарушениями интеллектуального развития (лица с задержкой психического развития)

Интерактивная лекция (2 часа)

Понятия лица с задержкой психического развития и их причины. Классификация лиц с задержкой психического развития. Психолого-педагогическая характеристика лиц с задержкой психического развития. Вторичные отклонения в состоянии здоровья и сопутствующие заболевания у лиц с задержкой психического развития.

Тема 7. Виды, причины и классификация нарушений развития лиц с нарушениями интеллектуального развития (синдром Дауна и аутизм)

Интерактивная лекция (2 часа)

Понятие Синдром Дауна и его причины. Классификация детей с синдромом Дауна. Психолого-педагогическая характеристика детей с синдромом Дауна. Вторичные отклонения в состоянии здоровья и сопутствующие заболевания у лиц с синдромом Дауна. Понятие аутизм и его причины. Классификация детей с ранним аутистическим спектром. Психолого-педагогическая характеристика детей с аутизмом. Вторичные отклонения в состоянии здоровья и сопутствующие заболевания у лиц с аутизмом.

Семинарское занятие (2 часа)

Понятия нарушений в развитии лиц с умственной отсталостью и их причины. Классификация лиц с умственной отсталостью. Психолого-педагогическая характеристика лиц с умственной отсталостью. Вторичные отклонения в состоянии здоровья и сопутствующие заболевания у лиц с умственной отсталостью. Понятие Синдром Дауна и его причины. Классификация детей с синдромом Дауна. Психолого-педагогическая характеристика детей с синдромом Дауна. Вторичные отклонения в состоянии здоровья и сопутствующие заболевания у лиц с синдромом Дауна. Понятие аутизм и его причины. Классификация детей с ранним

аутическим спектром. Психолого-педагогическая характеристика детей с аутизмом. Вторичные отклонения в состоянии здоровья и сопутствующие заболевания у лиц с аутизмом.

Тема 8. Проектирование индивидуальных образовательных программ и маршрутов для лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования

Интерактивная лекция (2 часа)

Определение индивидуальной образовательной программы. Целевое назначение индивидуальной образовательной программы. Адресность индивидуальной образовательной программы. Принципы проектирования и реализации индивидуальных образовательных программ для детей и подростков с ОВЗ. Структура индивидуальной образовательной программы. Содержание индивидуальной образовательной программы.

Самостоятельная работа (2 часа)

Распределение ответственности специалистов при реализации индивидуальной образовательной программы. Алгоритм проектирования и реализации индивидуальной образовательной программы.

Тема 9. Особенности адаптивного физического воспитания детей с нарушением интеллектуального развития в дошкольных организациях.

Интерактивная лекция №1 (2 часа)

Цели и задачи адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с нарушением интеллектуального развития. Средства и методы адаптивного физического воспитания дошкольников с нарушением интеллектуального развития. Планирование и контроль по адаптивному физическому воспитанию дошкольников с нарушением интеллектуального развития. Виды планирования и контроля в адаптивном физическом воспитании в дошкольных учреждениях. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением интеллектуального развития. Построение учебно-воспитательного процесса по адаптивному физическому воспитанию в садах с детьми с нарушением интеллектуального развития. Врачебный и педагогический контроль в процессе адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с нарушением интеллектуального развития.

Интерактивная лекция № 2 (2 часа)

Особенности обучения движениям из раздела гимнастики программы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях детей с интеллектуальными нарушениями (прыжки, метания, бег, лазания, упражнения в равновесии, висы, упоры и т.д.). Особенности обучения движениям из раздела подвижные игры программы по физическому воспитанию для детей с интеллектуальными и со сложными нарушениями. Особенности обучения движениям из раздела гимнастики программы по физическому воспитанию в дошкольных учреждениях детей с интеллектуальными нарушениями. Особенности и отличительные черты обучения движениям детей с интеллектуальными нарушениями. Основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения в работе с детьми, имеющими интеллектуальные нарушения. Раскрыть основные требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения детей с интеллектуальными нарушениями.

Воспитание силовых способностей. Задачи, средства, методы, методические приемы и дозировка при воспитании силовых способностей у детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями. Задачи, средства, методы, методические приемы и дозировка при воспитании скоростных способностей у детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями. Задачи, средства, методы, методические приемы и дозировка при воспитании выносливости у детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями. Задачи, средства, методы, методические приемы и дозировка при воспитании гибкости у детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями. Задачи, средства, методы, методические приемы и дозировка при воспитании координационных способностей у детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями. Методики тестирования и оценивания знаний и физической подготовленности детей дошкольного возраста с интеллектуальными

нарушениями.

Семинарское занятие (2 часа)

Планирование и контроль по адаптивному физическому воспитанию дошкольников. Виды планирования и контроля в адаптивном физическом воспитании в дошкольных организациях. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста. Построение учебно-воспитательного процесса по адаптивному физическому воспитанию в дошкольных учреждениях. Врачебный и педагогический контроль в процессе адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.

Самостоятельная работа (2 часа)

Деятельность сотрудников дошкольного учреждения по организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. Обязанности фельдшера по организации адаптивного физического воспитания в дошкольной организации. Обязанности методиста по организации адаптивного физического воспитания в дошкольной организации. Обязанности воспитателей по организации адаптивного физического воспитания в дошкольной организации.

Тема 10. Особенности адаптивного физического воспитания школьников с нарушением интеллектуального развития

Интерактивная лекция №1 (2 часа)

Цели и задачи адаптивного физического воспитания лиц с нарушением интеллектуального развития. Средства физического воспитания, применяемые на занятиях с детьми школьного возраста с нарушением интеллектуального развития. Классификации физических упражнений, используемые при проведении занятий по адаптивному физическому воспитанию с детьми школьного возраста с нарушением интеллектуального развития. Методы, применяемые в адаптивном физическом воспитании школьников с нарушением интеллектуального развития. Классификация методов, применяемых при обучении двигательным действиям детей с нарушением интеллектуального развития школьного возраста. Методы применимы при воспитании физических качеств у детей школьного возраста с нарушением интеллектуального развития. Формы организации занятий по адаптивному физическому воспитанию школьников с нарушением интеллектуального развития.

Интерактивная лекция №2 (2 часа)

Особенности обучения движениям из раздела подвижные и спортивные игры программы по физическому воспитанию для школьников с интеллектуальными и со сложными нарушениями. Особенности обучения движениям из раздела гимнастики программы по физическому воспитанию в школьников с интеллектуальными нарушениями. Особенности и отличительные черты обучения движениям детей с интеллектуальными. Основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения в работе с детьми, имеющими интеллектуальные нарушения. Раскрыть основные требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения школьников с интеллектуальными нарушениями.

Семинарское занятие (2 часа)

Требования обеспечения безопасности жизни и здоровья во время обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Правила использования специализированного спортивного оборудования тренажеров, устройств и вспомогательных средств для занятий адаптивной физической культурой со школьниками, имеющими интеллектуальные нарушения; правила техники безопасности при обучении двигательным действиям по адаптивной физической культуре.

Самостоятельная работа (2 часа)

Какие средства, методы и приемы используются для формирования у школьников знаний в области адаптивного физического воспитания. Особенности оперативного контроля во время обучения двигательным действиям.

Рабочая программа дисциплины

Адаптивный спорт (Специальное олимпийское движение)

ПК-2. Способен развивать физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом возрастных особенностей, сенситивных периодов развития, этиологии и патогенеза заболеваний.

ПК - 3. Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

ПК-4. Способен обучать инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья технике безопасности и предупреждению травматизма на занятиях адаптивной физической культурой.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ:

Перечень знаний, умений, навыков и\или опыта деятельности	Формируемые компетенции
Знания:	
современных методик организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья;	ПК-2
принципов реализации программ развивающего обучения; методологические подходы, методики и эффективные практики обучения, повышения эффективности командного взаимодействия;	ПК-3
принципов формирования групп инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, занимающихся адаптивной физической культурой;	ПК-4
Умения:	
планировать групповые или индивидуальные занятия по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания; управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;	ПК-2
критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре;	ПК-3
разъяснять инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья правила техники безопасности при выполнении упражнений, участии в спортивной (подвижной) игре, использования спортивного инвентаря,	ПК-4
Навыки и\или опыт деятельности:	
разработки плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по программам адаптивного физического воспитания;	ПК-2
разработки творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; разработки новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения;	ПК-3
обучения инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья безопасному использованию спортивного оборудования, тренажеров, устройств и вспомогательных средств;	ПК-4

Тема 1. Цели и задачи адаптивного спорта (специальной олимпиады), его ведущие функции и принципы

Интерактивная лекция (2 часа)

Особенности предмета теории адаптивного спорта, ее специфические понятия и основная проблематика. Возникновение и состояние современного адаптивного спорта. Теория и методика адаптивного спорта как обобщающая отрасль научного знания о сущности и тенденциях развития спорта в качестве неотъемлемого компонента культуры общества и фактора социальной системы воспитания, о наиболее существенных закономерностях, путях и условиях спортивной деятельности, спортивного совершенствования и оптимального построения системы подготовки спортсмена. Основная проблематика общей теории и методики адаптивного спорта, ее становление, состояние и перспективы развития. Связи теории адаптивного спорта с другими научными знаниями, ее значение для практики. Теория и методика адаптивного спорта как учебный курс; его содержание, роль и место в системе высшего физкультурного образования.

Семинарское занятие (2 часа)

Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе, тенденции развития. Социальные функции адаптивного спорта, его место и связи в системе общественных явлений. Адаптивный спорт как неотъемлемая часть культуры общества. Адаптивный спорт как фактор разностороннего развития, воспитания, подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями к жизненной практике; значение и место спорта в системе адаптивного физического и общего всестороннего воспитания. Оздоровительно-рекреативная функция адаптивного спорта; его роль и место в оптимизации досуга лиц с ограниченными возможностями. Роль спорта в социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями и в социальной интеграции. Коммуникационное значение адаптивного спорта.

Тема 2. Соревновательные модели в адаптивном спорте

Интерактивная лекция (2 часа).

Сущность и формы спортивных соревнований в адаптивном спорте. Основные функции и особенности спортивных соревнований в адаптивном спорте. Общая структура и модели спортивных соревнований. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности, критерии их измерения и оценки. Классификация спортивных соревнований в адаптивном спорте. Сравнительная характеристика видов адаптивного спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности. Особенности спортивных соревнований у разных нозологических групп. Ранжирование состязаний по общей значимости, а также по роли и месту в процессе подготовки спортсмена (основные, подготовительные, контрольные состязания и другие).

Семинарское занятие (2 часа).

Особенности соревновательной деятельности спортсмена в адаптивном спорте. Спортивное состязание как высшее испытание физических и психических возможностей инвалида и лиц с ограниченными возможностями. Специфический эмоциональный фон и стрессовые ситуации, возникающие в связи со спортивным состязанием. Предельные функциональные сдвиги, вызываемые им. Понятие о «соревновательной нагрузке»; проблемы ее нормирования в адаптивном спорте. Структура соревновательной деятельности. Особенности соревновательной деятельности в адаптивном спорте для разных нозологических групп. Спортивная тактика как направляющая программа и общий способ организации соревновательной деятельности спортсмена (команды) в адаптивном спорте. Роль состязаний в формировании личности и в специальной психической подготовке спортсменов-инвалидов. Динамика соревновательной практики в процессе многолетней спортивной деятельности в адаптивном спорте.

Самостоятельная работа (2 часа).

Основы системы спортивных соревнований в адаптивном спорте. Модели спортивных соревнований как упорядоченная совокупность состязаний разного ранга, подчиненных определенным закономерностям. Основные факторы и условия, определяющие построение системы спортивных соревнований. Система и календарь спортивных соревнований; общий

официальный и индивидуальный спортивные календари (общие черты и отличия). Взаимосвязь системы состязаний и системы подготовки спортсменов-инвалидов. Основные требования к оптимальному построению системы спортивных соревнований. Необходимость широкой соревновательной практики в процессе становления и совершенствования спортивно-технического и тактического мастерства в адаптивном спорте. Тренирующий эффект соревновательной практики; ее роль в приобретении, сохранении и дальнейшем развитии специфической тренированности спортсменов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями.

Перечень примерных вопросов и заданий для организации самостоятельной работы слушателя

№ п/п	Тема	Виды и содержание самостоятельной работы	Трудоемкость, часов
Теория и методика физической культуры (2 часа)			
1	Основы обучения двигательным действиям	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предпосылки и дидактические основы построения процесса обучения двигательному действию. 2. Подготовка к обучению двигательному действию, зависимость ее содержания и методики от особенностей действия и готовности обучаемого к его выполнению. 3. Пути обеспечения оптимальной готовности к разучиванию действия и доступности учебного материала. <p><i>Рекомендованные источники литературы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с. 2. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев – Москва: Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 1991. – 540 с. 3. Теория и методика физической культуры: учебник /под редакцией профессора Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – Москва: Советский спорт, 2010. – 464 с. 4. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 12-е изд., исправл. – Москва: Академия, 2014. – 480 с. 	2
Теория и организация адаптивной физической культуры (2 часа)			
2	Отличительные черты креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Эффект воздействий креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры. 2. Конкретизация ведущих функций креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры. 3. Конкретизация ведущих принципов креативных и экстремальных видов адаптивной физической культуры. <p><i>Рекомендованные источники литературы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной 	2

		<p>физической культуры: учебное пособие для вузов / Т.П. Бегидова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2017. - 188 с.</p> <p>2. Евсева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы): учебное пособие / О.Э. Евсева. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2015. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.</p> <p>Павлова, С.В. Общие основы теории и организации адаптивной физической культуры: учебное пособие для студентов специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / С.В. Павлова. — Набережные Челны, 2013.— 89 с. // ЭБС Руконт: сайт. - URL: https://lib.rucont.ru/efd/242629(дата обращения 10.12.2019). -). - Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре			
3	Гигиена физического воспитания лиц с ОВЗ.	<p><i>Работа по подготовке к контрольному тестированию по теме лекции №4,5:</i></p> <p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <p>1. Спортивные сооружения для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом (определение, краткая классификация спортивных сооружений; санитарный надзор спортивных сооружений за соблюдением правил и требований гигиены; основные гигиенические требования ко всем спортивным сооружениям).</p> <p>2. Основные гигиенические требования к расположению, ориентации, планировке и застройке крытых спортивных сооружений для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p>3. Основные гигиенические требования к расположению, ориентации, планировке и застройке открытых спортивных сооружений для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p>4. Гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию и синтетическим напольным покрытиям в спортивных сооружениях для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся</p>	1

		<p>физической культурой и спортом.</p> <p>5. Профилактика шума и сырости в спортивных сооружениях для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p>6. Гигиенические требования к естественному освещению спортивных сооружений для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом. Качественная и количественная характеристика естественного освещения. Оценка естественного освещения.</p> <p>7. Гигиенические требования к искусственному освещению спортивных сооружений для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом. Качественная и количественная характеристика искусственного освещения. Оценка искусственного освещения. Источники искусственного света. Их сравнительная характеристика. Типы светильников. Выбор системы искусственного освещения спортивных сооружений.</p> <p>8. Понятие о вентиляции спортивных сооружений для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом. Значение, характеристика и классификация вентиляции. Выбор оптимальной системы вентиляции в спортивных сооружениях для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p>9. Сравнительная характеристика различных систем и видов отопления. Выбор наиболее оптимального отопления спортивных сооружений для лиц разного возраста и пола с отклонениями в состоянии здоровья, активно занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <p>1. Бучацкая, И.Н. Практикум по дисциплине: "Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов": учебно-методическое пособие для студентов очного и заочного отделений по специальности 032101 Физическая культура и спорт, по направлению подготовки 034300 «Физическая культура» / И.Н. Бучацкая, Г.Н. Рудометкина, ВЛГАФК. – Великие Луки, 2011. – 168 с.</p> <p>2. Макарова, Г.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник по направлению "Физическая культура" / Г.А. Макарова, П.В. Нефедов. – Москва: Советский спорт, 2015. – 512 с.</p> <p>3. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник для студентов учреждений высшего образования / С.А. Полиевский. – Москва: Академия, 2014. – 272 с. – (Высш. образование; Бакалавриат).</p>	
--	--	--	--

		<p><i>Работа по подготовке к контрольному тестированию по теме лекции №6:</i> <i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виды физического воспитания детей с нарушением интеллекта. 2. Организация физического воспитания детей с нарушением интеллекта. 3. Дифференцированный подход к организации уроков физической культуры для лиц с нарушением интеллекта. 4. Особенности занятий физическими упражнениями со школьниками с нарушением интеллекта, имеющими соматические и сенсорные заболевания. <p><i>Рекомендованные источники литературы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Макарова, Г.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник по направлению "Физическая культура" / Г.А. Макарова, П.В. Нефедов. – Москва: Советский спорт, 2015. – 512 с. 2. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник для студентов учреждений высшего образования / С.А. Полиевский. – Москва: Академия, 2014. – 272 с. – (Высш. образование; Бакалавриат). 	1
Адаптивное физическое воспитание лиц с интеллектуальными нарушениями в сфере образования			
4	<p>Проектирование индивидуальных образовательных программ и маршрутов для лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования</p>	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Распределение ответственности специалистов при реализации индивидуальной образовательной программы. 2. Алгоритм проектирования и реализации индивидуальной образовательной программы. <p><i>Рекомендованные источники литературы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебное пособие / Т.Е. Виленская. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2018. - 285 с. 2. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник: в 2-х томах. Т.1. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / редактор С.П. Евсеев. – 3-е изд., стер. – Москва: Советский спорт, 2010. – 291 с. 	2

5	Особенности адаптивного физического воспитания детей с нарушением интеллектуального развития в дошкольных организациях	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Деятельность сотрудников дошкольного учреждения по организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. 2. Обязанности методиста по организации адаптивного физического воспитания в дошкольной организации. 3. Обязанности воспитателей по организации адаптивного физического воспитания в дошкольной организации. <p><i>Рекомендованные источники литературы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебное пособие / Т.Е. Виленская. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2018. - 285 с. 2. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник: в 2-х томах. Т.1. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / редактор С.П. Евсеев. – 3-е изд., стер. – Москва: Советский спорт, 2010. – 291 с. 	2
6	Особенности адаптивного физического воспитания школьников с нарушением интеллектуального развития	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие средства, методы и приемы используются для формирования у школьников знаний в области адаптивного физического воспитания. 2. Особенности оперативного контроля во время обучения двигательным действиям. <p><i>Рекомендованные источники литературы:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебное пособие / Т.Е. Виленская. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2018. - 285 с. 2. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник: в 2-х томах. Т.1. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / редактор С.П. Евсеев. – 3-е изд., стер. – Москва: Советский спорт, 2010. – 291 с. 	2
Адаптивный спорт (Специальное олимпийское движение)			
7	Соревновательные модели в адаптивном спорте	<p><i>Вопросы для самостоятельного изучения и самоконтроля:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Основы системы спортивных соревнований в адаптивном спорте. 2. Модели спортивных соревнований как упорядоченная совокупность состязаний разного 	2

		<p>ранга, подчиненных определенным закономерностям.</p> <p>3. Основные факторы и условия, определяющие построение системы спортивных соревнований.</p> <p>4. Система и календарь спортивных соревнований.</p> <p><i>Рекомендованные источники литературы:</i></p> <p>1. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов / Т.П. Бегидова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Юрайт, 2017. - 188 с.</p> <p>2. Евсеева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы): учебное пособие / О.Э. Евсеева. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2015. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.</p> <p>Павлова, С.В. Общие основы теории и организации адаптивной физической культуры: учебное пособие для студентов специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / С.В. Павлова. — Набережные Челны, 2013.— 89 с. // ЭБС Руконт: сайт. - URL: https://lib.rucont.ru/efd/242629(дата обращения 10.12.2019). -). - Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>	
--	--	--	--

Рекомендуемая основная литература:

1. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов / Т.П. Бегидова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2017. – 188 с.
2. Виленская, Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебное пособие / Т.Е. Виленская. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2018. – 285 с.
3. Евсеева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях (специальные медицинские группы): учебное пособие / О.Э. Евсеева. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
4. Повышение эффективности процессов совершенствования двигательной деятельности, образования, воспитания и социализации лиц с интеллектуальными нарушениями и повреждениями опорно-двигательного аппарата: учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина [и др.]. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2018. – 118с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
5. Прянишникова, О.А. Адаптивное физическое воспитание школьников: учебное пособие / О.А. Прянишникова. – Великие Луки, 2021. – 156 с. – 1 CD-ROM. – Загл. с титул. экрана.
6. Рипа, М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании: учебное пособие / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Юрайт, 2017. – 170 с.
7. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник: в 2-х томах. Т.1. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / редактор С.П. Евсеев. – 3-е изд., стер. – Москва: Советский спорт, 2010. – 291 с.
8. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие. Часть 2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата / составитель Е.С. Стоцкая. – Омск: СибГУФК, 2020. – 244 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
9. Бучацкая, И.Н. Практикум по дисциплине: "Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов": учебно-методическое пособие для студентов очного и заочного отделений по специальности 032101 Физическая культура и спорт, по направлению подготовки 034300 «Физическая культура» / И.Н. Бучацкая, Г.Н. Рудометкина, ВЛГАФК. – Великие Луки, 2011. – 168 с.
10. Макарова, Г.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник по направлению "Физическая культура" / Г.А. Макарова, П.В. Нефедов. – Москва: Советский спорт, 2015. – 512 с.
11. Полиевский, С.А. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: учебник для студентов учреждений высшего образования / С.А. Полиевский. – Москва: Академия, 2014. – 272 с. – (Высш. образование; Бакалавриат).

Рекомендуемая дополнительная литература:

1. Васильев, В.А. Тренажеры в АФК: учебно-методическое пособие / В.А. Васильев. – Воронеж: ВГАС, 2023. – 36 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.
2. Евсеев, С.П. Обучение двигательным действиям без ошибок: учебное пособие / С.П. Евсеев. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 224 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

3. Евсева, О.Э. Адаптивное физическое воспитание детей до 3-х лет в дошкольных образовательных учреждениях: учебное пособие / О.Э. Евсева, А.В. Аксенов, Н.Н. Аксенова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2015 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

4. Индивидуальные потребности лиц с ограниченными возможностями здоровья и препятствующие факторы в занятиях физической культурой и спортом (социологический анализ): коллективная монография / А.Г. Абалян, Ю.В. Окуньков, В.И. Столяров [и др.]; редактор В.И. Столяров. – Москва: ФГБУ ФНЦ ВНИИФК, 2022. – 120 с.

5. Михайлова, Е.Я. Адаптивное физическое воспитание детей с нарушениями речи: учебное пособие / Е.Я. Михайлова, Д.Н. Саратова, О.Э. Евсева. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2014 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

6. Ненахов, И.Г. Материально-техническое обеспечение занятий по адаптивной физической культуре (для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата): учебное пособие / И.Г. Ненахов, Ю.А. Ковалева. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2023. – 103 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

7. Ненахов, И.Г. Частные методики адаптивной физической культуры для лиц с церебральными нарушениями: учебное пособие / И.Г. Ненахов, Ю.А. Ковалева. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2023. – 135 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

8. Современные проблемы адаптивной физической культуры и ее видов: учебное пособие / С.П. Евсеев, О.Э. Евсева, А.А. Грачиков [и др.]. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 136 с. // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК, по договору.

9. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности: гигиена факторов окружающей среды. Физкультурно-спортивные сооружения: учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, В.П. Башмаков, Н.В. Дубкова. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2014 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть библиотеки ВЛГАФК, по договору.

10. Любошенко, Т.М. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Т.М. Любошенко, Н.И. Ложкина. – Ч. 1. – Омск: СибГУФК, 2012. – 200 с.

11. Цаллагова, Р.Б. Гигиенические требования к питьевой воде и водоснабжению спортивных сооружений: учебное пособие / Р.Б. Цаллагова, И.А. Меркушев. – Санкт-Петербург: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2011 // Электронная библиотека вузов ФК. – Режим доступа: локальная сеть библиотеки ВЛГАФК, по договору.

Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека: сайт. – Москва, 2000 -. – URL: <http://www.elibrary.ru> (дата обращения: 10.04.2025).

2. Большая бесплатная библиотека: сайт. – URL: <http://tululu.org/> (дата обращения: 10.04.2025).

3. Научная педагогическая электронная библиотека: сайт / Научная педагогическая библиотека им К.Д. Ушинского. – Москва, 2021. – URL: <http://elib.gnpbu.ru> (дата обращения: 10.04.2025).

4. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»: сайт. – Москва. – URL: <http://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 10.04.2025).

5. Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание // ГЦОЛИФК Российский

университет спорта: сайт. - URL: https://gtsolifk.ru/nauka/gurnali/sportivno-pedagogicheskoe-obrazovanie-setevoe-izdanie/vipuski_04391 (дата обращения: 01.09.2025).

6. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта: научно-теоретический журнал: сайт. – Санкт-Петербург: Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, 2021. - URL: <https://uchzapiski.lesgaft.spb.ru/ru/nauka/journal/261/view#archieve> (дата обращения: 10.04.2025).

7. Электронная библиотека: библиотека диссертаций: сайт / Российская государственная библиотека. – Москва: РГБ, 2003 -. – URL: <https://search.rsl.ru/#digitalAvail=digitized&digitalAvail=accessFree&col=autoref&col=disser> (дата обращения: 10.04.2025).

8. Web of science : наукометрическая реферативная база данных журналов и конференций : сайт. – Москва, 2019 -. – URL: <http://www.webofscience.com> (дата обращения: 12.07.2023). – Режим доступа: для авторизов. пользователей. – Текст: электронный.

3. Результаты освоения программы повышения квалификации

Таблица раздела 1.4 «Планируемые результаты обучения» демонстрирует взаимосвязь педагогического контроля с соотнесенным с программой повышения квалификации профессиональным стандартом - в таблице определены трудовые функции профессионального стандарта, выполнение которых обеспечивает формирование соответствующей профессиональной компетенции.

Индикаторы достижения компетенции по уровню их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1.4)	Знает	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не знает	неудовлетворительно	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1.4)	Умеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый
	Не умеет	неудовлетворительно	недостаточный
Имеет опыт/владеет (соответствует таблице раздела 1.4)	Имеет опыт/владеет	отлично	высокий
		хорошо	повышенный
		удовлетворительно	пороговый

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Шкала оценивания	Уровень сформированной компетенции
	Не владеет	неудовлетворительно	недостаточный

Соотношение индикаторов достижения со шкалой критериев их оценивания и уровнем их сформированности

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
Знает (соответствует таблице раздела 1.4)	Показывает полные и глубокие знания, логично и аргументировано отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, показывает высокий уровень теоретических знаний	высокий
	Показывает глубокие знания, грамотно излагает ответ, достаточно полно отвечает на все вопросы, в том числе дополнительные, в то же время при ответе допускает несущественные ошибки	повышенный
	Показывает достаточные, но не глубокие знания, при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуются уточняющие вопросы	пороговый
	Показывает недостаточные знания, не способен аргументированно и последовательно излагать материал, допускает грубые ошибки, неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом	недостаточный
Умеет (соответствует таблице раздела 1.4)	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен предложить альтернативные решения анализируемых проблем, формулировать выводы	высокий
	Умеет применять полученные знания для решения конкретных практических задач, способен формулировать выводы, но не может предложить альтернативные решения анализируемых проблем	повышенный
	При решении конкретных практических задач возникают затруднения	пороговый

Индикаторы достижения	Критерий оценивания	Уровень сформированной компетенции
	Не может предложить решение практических задач	недостаточный
Имеет опыт/владеет (соответствует таблице раздела 1.4)	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, способен оценить результат своей деятельности	высокий
	Владеет навыками, необходимыми для профессиональной деятельности, затрудняется оценить результат своей деятельности	повышенный
	Демонстрирует слабые навыки, необходимые для профессиональной деятельности	пороговый
	Отсутствие навыков или неспособность их продемонстрировать	недостаточный

4. Оценка качества освоения программы повышения квалификации

Для оценки качества освоения программы проводится итоговая аттестация слушателей – зачет в форме тестирования.

Тестовые задания, выносимые на итоговую аттестацию

1. В школьном возрасте использование большого разнообразия физических упражнений базируется на основе положений, которые отражены в общих принципах отечественной системы физического воспитания. Укажите эти принципы среди нижеприведенных:

- 1) принцип всестороннего развития личности, принцип связи Физического воспитания с трудовой и военной практикой, принцип оздоровительной направленности;
- 2) принцип непрерывности, принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
- 3) принцип возрастной адекватности направлений физическое го воспитания, принцип циклического построения занятий; 4) принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий, принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.

2. Укажите среди нижеперечисленных основную форму занятий физическими упражнениями в АФК (младшие классы):

- 1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;
- 2) урок физической культуры;
- 3) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня (спортивный час);
- 4) секции общей физической подготовки и секции по видам спорта.

3. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники распределяются на следующие медицинские группы:

- 1) а) слабую, б) среднюю, в) сильную;
- 2) а) основную, б) подготовительную, в) специальную;

- 3) а) без отклонений в состоянии здоровья; б) с отклонениями в состоянии здоровья;
4) а) оздоровительную, б) физкультурную, в) спортивную.

4. Группа, которая состоит из учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, при которых противопоказаны повышенные физические нагрузки, называется...

- 1) специальной медицинской группой;
- 2) оздоровительной медицинской группой;
- 3) группой лечебной физической культуры;
- 4) группой здоровья.

5. Укажите оптимальное количество задач, решаемых на одном уроке по адаптивной физической культуре?

- 1) одна задача;
- 2) две-три задачи;
- 3) четыре задачи;
- 4) пять-шесть задач.

6. В рамках школьного урока по адаптивной физической культуре основная часть обычно длится:

- 1) 15-18 мин;
- 2) 20 мин;
- 3) 25—30 мин;
- 4) 35 мин.

7. Укажите, как называется метод организации деятельности занимающихся на уроке по адаптивной физической культуре, при котором весь класс выполняет одно и то же задание учителя физической культуры:

- 1) фронтальный;
- 2) поточный;
- 3) одновременный;
- 4) групповой.

8. Укажите основное назначение ориентиров (предметных регуляторов) на уроках по адаптивной физической культуре:

- 1) воспитание волевых качеств;
- 2) создание оптимальной плотности урока;
- 3) дозирование физических нагрузок;
- 4) создание правильных мышечно-двигательных ощущений.

9. Типичными ошибками в ходьбе у детей с умственной отсталостью являются:

1. Голова опущена вниз, шаркающая походка.
2. Запрокидывание головы, передвижение на прямых ногах, порывистость.
3. Стопы развернуты носком внутрь (или наружу), ноги слегка согнуты в тазобедренных суставах.
4. Движения рук и ног не согласованны, движения не ритмичны.

10. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях осуществляется в следующих формах:

1. Утренняя гимнастика, организованные игры на переменах, спортивный час.
2. Уроки ЛФК, занятия ЛФК.
3. Уроки физической культуры, уроки ритмики, физкультминутки на общеобразовательных уроках.

4. Тренировочные занятия и соревнования.

11. В зависимости от целей, задач, программного содержания уроки условно подразделяются на:

1. Уроки образовательной направленности, уроки коррекционно-развивающей направленности
2. Уроки оздоровительной направленности, уроки лечебной направленности
3. Уроки компенсаторной направленности, уроки реабилитационной направленности
4. Уроки спортивной направленности, уроки рекреационной направленности

12. К средствам развития силы у детей с легкой формой умственной отсталости относятся:

1. Упражнения с гантелями, набивными мячами, резиновым амортизатором, на тренажерах, с партнером.
 2. Легкоатлетические упражнения: прыжки и прыжковые упражнения, спрыгивание в глубину с высоты 30-40 см с последующим отталкиванием вверх.
 3. Упражнения основной гимнастики: лазанье, ползанье, подтягивание, сгибание-разгибание рук в упоре лежа.
 4. Выполнение простых движений с максимальной частотой (бег на месте, движение только рук).
- Ходьба на носках, на наружных сводах стоп, подкатывание теннисного мяча пальцами ног от носка к пятке, не поднимая ее являются средствами профилактики и коррекции...

13. Какой из названных методических приемов в обучении детей с умственной отсталостью является неверным?

1. Одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного объяснения и выполнения.
2. Деление даже самого простого двигательного действия на части и последующее усвоение каждой из частей.
3. Использование зеркального показа, когда упражнение содержит ассиметричные движения.
4. Рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией его выполнения

14. Какой раздел отсутствует в «Программе по физической культуре для школьников с ЗПР»?

1. «Базовая лыжная подготовка».
2. «Подвижные игры и игровые упражнения».
3. «Дифференцированная двигательная деятельность».
4. «Элементы спортивной деятельности».

15. В каких трех достаточно независимых направлениях развивается в настоящее время адаптивный спорт?

- 1) спортивно-техническом, научно-спортивном, медицинском;
- 2) олимпийском, параолимпийском, профессиональном;
- 3) международном, национальном, региональном;
- 4) паралимпийском; сурдлимпийском; специальном олимпийском.

16. Адаптивный спорт, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности личности в ...

- 1) самоактуализации, максимально возможной реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в социализации и

коммуникативной деятельности;

- 2) подготовке ее к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре;
- 3) отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении;
- 4) самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движения, музыку, образ (в том числе художественны), другие средства искусства.

17. В процессе занятий адаптивным спортом решаются следующие основные задачи:

- 1) проявление внутренней дисциплины, собранности, настойчивости в достижении цели, освоение интеллектуальных и интеграционных ценностей физической культуры, установление рекорда в избранном виде спорта;
- 2) овладение высоким уровнем спортивного мастерства, освоение двигательных ценностей физической культуры, повышение уровня качества жизни, участие в работе общественных организаций;
- 3) достижение максимального результата, формирование спортивной культуры, освоение социальных ролей, функций и ценностей физической культуры, повышение уровня качества жизни, осуществление коммуникативной деятельности;
- 4) формирование спортивной культуры, проявление настойчивости в достижении цели, расширение круга лиц для осуществления коммуникативной деятельности, достижение рекордного результата.

18. Традиционная модель соревновательной деятельности отличается наличием следующих составляющих...

- 1) нормы, критерии и технологии определения мест соревнующихся, статус спортсмена-профессионала, рекламные акции;
- 2) спортсмены, зрители, определение победителя, ранжирование. Вступительный взнос, Президентские стипендии;
- 3) правила соревнований, совокупность действий соперников, регистрация рекордов, призовой фонд, престижный аспект социальной оценки достижений;
- 4) соперники, предмет соревнований, судейство, болельщики, иерархия мест участников состязания, средства и службы обеспечения соревнований.

19. Для какой нозологической группы спортсменов проводится Специальная Олимпиада?

- 1) для лиц с нарушением слуха;
- 2) для лиц с нарушением зрения;
- 3) для лиц с поражением интеллекта;
- 4) для лиц с ПОДА.

20. Нетрадиционная модель соревнований Специальной олимпиады отличается следующими признаками:

- 1) участие в церемонии награждения всех участников соревнований, пьедестал награждений из 5 ступенек, финансирование за счет организаторов;
- 2) определение победителей и призеров внутри дивизионов, пьедестал награждений из 6 ступенек, денежный взнос за участие;
- 3) запрет на ранжирование и фиксацию рекордов, количество комплектов медалей равняется количеству дивизионов, материальное вознаграждение;
- 4) правило дивизионирования, отсутствие иерархии мест, правило 10%, медали и наградные ленты, пьедестал награждений из 8 ступенек.

21. Спортивное сооружение – это:

- А) специализированное сооружение, обеспечивающее проведение занятий массовой оздоровительной физической культурой.
- Б) специализированное сооружение, обеспечивающее проведение учебно-тренировочной работы.
- В) специализированное сооружение, обеспечивающее проведение занятий массовой оздоровительной физической культурой, учебно-тренировочной работы и спортивных соревнований.

22. По функциональному назначению стадион – это:

- А) комплексное спортивное сооружение
- Б) отдельное спортивное сооружение

23. Спортивные сооружения в жилой и пригородной зонах необходимо располагать по отношению к фабрикам и заводам:

- А) с ветреной стороны
- Б) с наветренной стороны

24. Стены спортивных залов окрашиваются красками:

- А) темных тонов с блестящей поверхностью
- Б) темных тонов с матовой поверхностью
- В) светлых тонов с матовой поверхностью
- Г) светлых тонов с блестящей поверхностью

25. Применение солнцезащитных устройств следует предусматривать при ориентации световых проемов на:

- А) запад
- Б) север
- В) юго-восток
- Г) юго-запад
- Д) северо-восток

26. Отопление спортивных сооружений должно:

- А) поддерживать в отдельных помещениях нужную равномерную температуру воздуха при любых колебаниях температуры наружного воздуха
- Б) поддерживать необходимое качество воздушной среды и быть пожаробезопасным.
- В) поддерживать в отдельных помещениях нужную равномерную температуру воздуха при любых колебаниях температуры наружного воздуха и необходимое качество воздушной среды.

27. Допустимые суточные колебания температуры воздуха в помещении при центральном отоплении не должны превышать:

- А) 3°
- Б) 5-6°
- В) 4°

28. Разница температур в комнате по вертикали от наружной стены до противоположной внутренней допускается не выше:

- А) 1° на каждый метр
- Б) 2° на каждый метр
- В) 2-2,5° на каждый метр

29. Для спортивного помещения воздушный куб на 1 человека в час равен:

- А) 12 м³

- Б) 30 м³
- В) 90 м³

30. Объем вентиляции для аудиторий на 1 человека в час составляет:

- А) 37,7 м³
- Б) 30 м³
- В) 90 м³

31. В санузлах и душевых устанавливается искусственная вентиляция:

- А) приточная
- Б) вытяжная
- В) приточно-вытяжная с преобладанием притока воздуха
- Г) приточно-вытяжная с преобладанием вытяжки воздуха

32. Крючки «лягушек», за которые крепятся растяжки снарядов, стоек и др. должны быть окрашены:

- А) красным цветом
- Б) синим цветом
- В) оранжевым цветом

33. Спортивные сооружения, предназначенные непосредственно для проведения занятий физической культурой и спортом, - это сооружения:

- А) вспомогательные
- Б) основные
- В) для зрителей

34. Минимальная санитарно-защитная зона при строительстве спортивного сооружения от промышленных и жилищно-бытовых объектов составляет:

- А) 800 м
- Б) 300 м
- В) 500 м

35. Для полов в спортивных залах чаще всего используют:

- А) линолеум
- Б) деревянные полы
- В) керамическую плитку

36. С гигиенической точки зрения лучшей является система:

- А) общего освещения
- Б) местного освещения
- В) комбинированного освещения

37. Какие лампы наиболее выгодны в экономическом отношении:

- А) накаливания
- Б) люминесцентные

38. В крытых спортивных сооружениях наиболее оптимальным является использование отопления:

- А) парового
- Б) водяного
- В) воздушного

39. Если в зале гимнастические снаряды или другое оборудование хранятся у стены в нерабочем состоянии, места их размещения целесообразно обозначать:

- А) красным цветом
- Б) синим цветом
- В) оранжевым цветом

40. При необходимости выделить какой-либо предмет или поверхность используют:

- А) красный цвет
- Б) оранжевый цвет
- В) синий цвет

Критерии оценивания результатов тестирования

Оценка «зачтено» выставляется, если слушатель дал 50% и более правильных ответов на все тестовые задания.

Оценка «не зачтено» выставляется, если слушатель дал менее 50% правильных ответов на все тестовые задания.

5. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических работников: высшее образование по направлению/специальности «Физическая культура»; стаж педагогической деятельности в образовательной организации высшего образования не менее 5 лет; наличие учебного пособия или научных трудов по проблематике реализуемой программы повышения квалификации.

6. Разработчики программы повышения квалификации

Ольга Альфонсовна Прянишникова, доцент, к.биол.наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры, педагогики и психологии ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»	
Ирина Николаевна Бучацкая, доцент, к.биол.наук, доцент кафедры физиологии и спортивной медицины ФГБОУ ВО «ВЛГАФК»	